

علت های سرطان پروستات چیست؟

- سابقه ارثی در خانواده
- سن بالاتر از ۵۰ سال
- تماس با موادی مانند کادمیم (باطریساز)
- بی حرکتی و ورزش نکردن
- رژیم غذایی پر چربی
- تماس با مواد شیمیایی
- عوامل هورمونی
- بیماریهای مقاربتی

تحقیقات نشان می دهد مردانی که مبتلا به سوزاک بوده اند در خطر بیشتری برای ابتلا به این سرطان می باشند.

- بعضی از داروها مانند مصرف روزانه دارو های ضدالتهاب مانند ایبوپروفن
- رژیم غذایی با مقدار زیاد گوشت قرمز فرآوری* شده یا فرآورده های لبنی

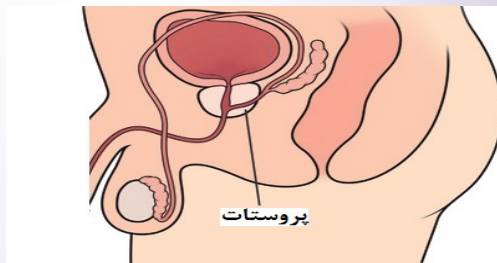
*هر غذایی که به نحوی از شکل طبیعی خود خارج شده باشد را غذای فرآوری شده می گویند؛ چه به دلایل ایمنی یا راحتی مثلا غذای ماکروبیوی و کنسروی)

علائم سرطان پروستات چیست؟

سرطان پرستات در مراحل اولیه ممکن است فاقد علامت بوده و در مراحل بعدی ممکن است علائم زیر دیده شود.

پروستات یکی از اعضای ویژه دستگاه تناسلی در مردان است. معمولاً به اندازه گردو بوده و پایین تر از مثانه در لگن قرار گرفته است. مجرای خروج ادرار که از مثانه شروع میشود از میان آن عبور می کند.

پروستات بیشتر منی (مایعی که حاوی اسپرم است) را تولید می کند.



بزرگی خوش خیم پروستات چیست؟

بزرگی خوش خیم پروستات به بزرگ شدن بیش از حد معمول پروستات می گویند. و البته با سرطان پروستات متفاوت است.

سرطان پروستات چیست؟

سرطان پروستات نوعی بیماری است که در آن سلولهای بدخیم از بافت پروستات نشأت می گیرد و به طور نامنظم و فزاینده ای تکثیر می شود و به افزایش حجم هر یک از اجزای سلولی غده پروستات منجر می شود.

طبق آمار انجمن سرطان آمریکا از هر هفت نفر یک نفر در زندگی اش با سرطان پروستات مواجه خواهد شد.

سرطان پروستات دومین علت مرگ و میر در مردان سراسر دنیا و هشتمین علت مرگ در اثر سرطان در ایران به شمار می آید.



مرکز پزشکی، آموزشی و درمانی آیت ا... طالقانی

سرطان پروستات

- غده پروستات چیست؟
- بزرگی خوشخیم پروستات چیست؟
- سرطان پروستات چیست؟
- علت های سرطان پروستات چیست؟
- علائم سرطان پروستات چیست؟
- سرطان پروستات را چگونه میتوان تشخیص داد؟
- سرطان پروستات چگونه درمان میشود؟
- پیشگیری

شماره سند: PF-HE-09

نوبت بازنگری: اول

تاریخ ابلاغ: ۹۹/۰۸/۱۲

تهیه کننده:

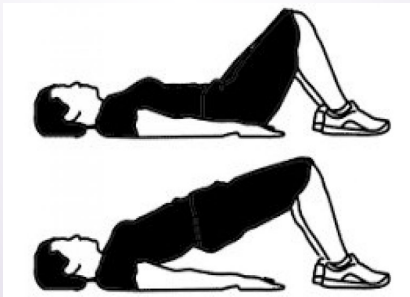
واحد آموزش سلامت به بیمار

مسایل اخلاقی

بی بند و باری های جنسی ، می تواند بر روی دستگاه های تولید هورمون جنسی و پروستات اثر بگذارد.

ورزش و حفظ وزن مناسب

- انجام ۲۰ دقیقه پیاده روی روزانه
- پرداختن به ورزش یوگا
- انجام حرکات کششی به ویژه حرکت کیگل



تهیه کننده:

واحد آموزش سلامت به بیمار

مرکز پزشکی، آموزشی و درمانی آیت ا... طالقانی

سرطان پروستات چگونه درمان میشود؟

- جراحی
- شیمی درمانی
- پرتو درمانی داخلی و خارجی
- هورمون درمانی

پیشگیری

در تمام مردان بالاتر از ۵۰ سال که بیماری خاصی ندارند باید سالیانه معاینه پزشکی از نظر وجود سرطان پروستات انجام شده و آزمایش خون جهت اندازه گیری آنتی ژن اختصاصی پروستات در خون آن ها صورت گیرد.

تغذیه

- مصرف سبزیجات مثل مثل بروکلی، کلم، گل کلم
- مصرف حبوبات نخود، بادام زمینی
- مصرف جوانه گندم و برنج قهوه ای
- دانه کدو تنبل
- ماهی
- گوجه فرنگی
- سویا
- محصولات گیاهی مانند چای سبز، زنجبیل ، رزماری ، مرزنگوش و...
- در مصرف غذاهای تند و پر ادویه ، سبزیجاتی مثل پیاز و میوه های گرمسیری همچون موز، انبه ، کافین زیاده روی نکنید.
- مصرف کنترل شده ی قند و نمک
- عدم مصرف نوشیدنی های الکلی
- عدم استعمال دخانیات

علائم اولیه:

- در این مرحله بزرگ شدن خوش خیم پروستات معمولا اتفاق می افتد که با آشکار شدن علائم زیر می باشد.
- ۱. تکرر ادرار
- ۲. احتباس ادرار
- ۳. ضعیف شدن و قطره قطره شدن دفع ادرار

علائم پیشرفته

در این مرحله علائم هشداردهنده رخ می دهند که شامل:

۱. پیدایش خون در ادرار
۲. خروج منی همراه با در شدید
۳. بی اختیاری ادرار (ناتوانی در جلوگیری از عبور ادرار)
۴. سوزش ادراری
۵. درد های استخوانی مانند کمردرد، درد در پاها و لگن در هنگام نشستن
۶. ناتوانی جنسی
۷. کم خونی و کاهش وزن شدید
۸. بالا رفتن اوره ی خون

سرطان پروستات را چگونه میتوان تشخیص داد؟

- معاینه غده پروستات از طریق معاینه مقعد
- آزمایش خون و اندازه گیری آنتی ژن اختصاصی پروستات
- MRI (ام آر آی) شکم و لگن
- سونوگرافی از روی شکم و از راه مقعد
- سیتی اسکن شکم و لگن
- نمونه برداری از غده پروستات
- اسکن استخوان